よりよい地域をめざして……地域情報紙
シティライフ
2020.7.11 Vol.1520
市原版
配布地域／市原市・袖ケ浦市【75,000部】
https://www.cl-shop.com
企画・制作／シティライフ編集室 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436 (21) 9311　FAX.0436 (21) 9142
シティライフ公式SNS、LINE@配信中!!

県内最大級のブルーベリー園 美味しい完熟を食べ放題!

ブルーベリーの里・ふるさとファーム

長柄町との境・市原市金剛地にあるブルーベリーの里・ふるさとファーム。5面の畑で180アール・3000株以上が植えられた、県内最大級のブルーベリー狩りが楽しめる観光農園だ。土日に1時間食べ放題や持ち帰り販売を開催し、スーパーへの出荷等もしている。

地域活性化に

「ブルーベリーの主な品種は10種類ほど。時期ごとに違うブルーベリーが実をつけ、6月中旬から7月下旬までが最盛期になります」と話す代表の大矢仁さん。もともとあったブルーベリー園を昨年に譲り受け、今年新たにオープンした。「この時期は下生えの草狩りと摘み取りで大忙しです。あらためて春から手入れを行ってきましたが、一枝に鈴なりになる木も多く、ぜひ皆さんに畑で完熟したブルーベリーを味わっていただきたいと思います」。

オープンの6月13日はあいにくの大雨だったが、わざわざ合羽等を着て訪ねてきてくれた親子連れもいたという。「近隣の皆さんが気軽に来られる場所として、利用料金なども還元し、運営していきたいと思っています。人の集まるところがあると、地域活性化にもつながりますので、ひとりでも多くの皆さんに知っていただきたいですね」と大矢さんは話す。

さらに今後は、市内にある関連企業・食品加工場ワンハートを活用し、収穫・加工・販売を一貫して行う6次産業としても考えていきたいそうだ。ワンハートでは、すでに、市原の特産の梨を活用した梨ゼリーや梨の濃縮ジュースを開発・製品化し、販売を増やしている実績がある。「ブルーベリーの収穫は夏だけですが、年間通しての手入れが必要です。安定した農園にするために、冬の作物でも皆さんが楽しめるようなものを考えたいです」と大矢さん。様々な展開が期待できる農園になりそうで、楽しみだ。

木で完熟 芳醇な味わい

ブルーベリーは大まかに2種類に分類される。6月に摘み取るのは、酸味と甘味のバランスが取れたハイブッシュ系。ふるさとファームでは、シャープブルー、オニール、ミスティ、ブルーレカ、サンシャインブルーなど。7月は、甘みが強く幼果が鮮やかな赤色になるラビットアイ系だ。ここではブライトウェルとパウダーブルーが主。食べ放題や出荷には、4・5年〜10年の木で、完熟した藍色の実を摘み取る。「品種は他にもあるのですが、じつは詳しく分からないものもあるんです。苗木が間違って届いていて、実がついて初めて、品種が違うと分かったものもあったり。中には、1本しかない品種もあります」とスタッフ。これは食べ比べする楽しみもありそうだ。

2・3年の木は、摘み取り用とは別に畑があり、オーナー制度になっている。2年間、自分で収穫でき、期間中の水やりや剪定などの世話はスタッフにお任せ。収穫に来園できない場合は宅配で発送する（送料別途）。先着200本で木は自分で選ぶこともOK。来年の収穫補償が1本0・5キロ、再来年の令和4年には1本1キロとなる。

食べ放題でちょっと楽しむも良し、オーナー制度でしっかり収穫しても良し。木で完熟した実は、香りも甘みも強い。自宅で自家製ジャムなど作るのもオススメだ。（米澤）

・ブルーベリー狩り：土日開催、7月下旬まで10〜17時、予約不要、雨天営業　60分食べ放題1000円、小学生まで500円　持ち帰り100グラム200円　来場特典・市原の梨ジュース飲み放題！　熱中症対策などご準備の上、ご来場ください
・オーナー制度：本年8月〜令和4年8月　2年分1本3500円（税込）、3本1万円（税込）詳しくは現地係員まで
㈲ふるさとファーム　市原市金剛地1190　☎080・1384・0119

緑から藍色へ完熟するブルーベリー（左）、収穫された食べ頃のブルーベリー（右）

ブルーベリーの状態を確認する大矢さん（左）

50年後の森をめざす『森と草はらの再生プロジェクト』

環境学習「体験の機会の場」に認定 森の墓苑（長南町）

長生郡長南町市野々の丘陵地帯に、公益財団法人日本生態系協会が運営する樹木葬墓地『森の墓苑』がある。苑内では、『森と草はらの再生プロジェクト』として、一般向けに様々な自然体験・環境学習プログラムを提供している。今年４月、「環境教育等促進法」に基づく『体験の機会の場』として千葉県内で初めて認定され、あわせて千葉県の『ちば環境学習応援団』にも登録された。

房総丘陵のふところで

『森の墓苑』は、2016年2月に開苑。バブル時代に土砂が運び出され、山ごと自然がなくなってしまった場所に在来種の樹木や野草を植え、約50年かけて元の自然を取り戻すという理念のもと造られた。将来は墓苑全体が『本物の自然の森に還る』というコンセプトで管理されている。墓苑では定期的に森づくりイベントを開催し、植樹だけでなく、良質な森づくりに欠かせない野草を種から育てている。春にはニリンソウやホタルカズラ、秋にはハギやリンドウ、ツリガネニンジンなどが、毎年のように来苑者の目を楽しませるようになった。苑内の生態系に関しては、大学や県立中央博物館の専門家とも情報交換をはかり、アドバイスを受けている。

春を迎えた墓苑ではヤマザクラが咲き、地層からしみ出る水が溜まってつくられたビオトープ池には、ヤマアカガエルのオタマジャクシが泳いでいる。「3年間ここの景色を見ていますが、飽きることがありません」と話すのは、現地スタッフの白井孝賢（しらいたかまさ）さん(30)。生まれも育ちも地元長南町で、自然に親しんで育ち、学生時代も環境教育に興味を持っていた。東日本大震災の被災地をボランティアで訪れた際に、自然の恐ろしい側面を目の当たりにする一方、新しい命が芽生え、自然が回復する行程を見たことで、自然に即した生き方がしたいとの想いが確固たるものとなった。その後『森の墓苑』の理念に共感し、2017年よりスタッフの一員となった。

そこかしこににぎやかな命の営み

苑内の真っ直ぐ伸びた杉の木には、フクロウ用に取り付けられた大きな巣箱がある。「2年続けて、オシドリのつがいが営巣しました。今年も来てくれるのを心待ちにしています」と、白井さん。巣箱はその他に、20か所ほど取り付けられている。これらは、2019年5月に開催されたプログラム『いろいろな生きもののための「すまい」づくり』で、参加者が組み立てた巣箱を様々な場所にかけたものだ。「とても入居率がいいんです。ヤマガラが出入りして、ヒナを見ることもできました。哺乳類のヒメネズミ用の巣箱もあります」。同プログラムで用意された『昆虫の家』も、墓苑の片隅で昆虫たちのすみかとなっている。主に4種の広葉樹の木材をさまざまな太さの枝や輪切りで組み合わせたもので、ネムノキの輪切りにドリルで穴を開けたものには、アオスジカミキリが産卵に訪れ、ドロバチは巣として利用している。また、つるし鉢という、鉢にワラを詰めて逆さまに吊るしたものでは、テントウムシやカメムシが越冬をした。

苑では企業の研修も行っている。愛知県の建設会社の社員研修には、2日間のプログラムで、植樹や種子採取といった森づくり活動や外来種の駆除を行い、同じ長南町にある、ゲンジボタルが生息できるよう配慮してつくられた水田などを見学した。

こうして『森の墓苑』には、森づくりに共感する多くの人が訪れ、多様な生き物が生息できる環境づくりは実を結び始めている。「自然を再生する仕事は、長い時間と努力、専門知識が必要だと実感しています。将来、ここがりっぱな森に育ってくれることを心から願っています」と、白井さんは悠久の時間の流れに思いを馳せる。5月には、管理棟前にウッドデッキの工事も完成し、長年同協会の理事を務め、昨年亡くなった女優の八千草薫さん愛用のベンチが置かれている。この場所でずっと、森の命の営みを見守っていくことだろう。

『森と草はらの再生プロジェクト』は、研修会や共催イベント、その他持ち込みの企画にも対応する。学生、団体・企業、趣味のサークルなど、1回につき最大50名まで受け入れ可能。興味のある方は問合せを。 （石井）

問森の墓苑 ☎0120・901・580 http://www.morinoboen.org

オシドリのつがい

ツリガネニンジン

育てている苗木と白井さん

これが朝顔？ 伝統のいろいろな花と葉

国立歴史民俗博物館・くらしの植物苑（佐倉市）で、毎年人気の夏の風物詩『伝統の朝顔』が今年も開催される。展示されるのは『変化朝顔』。江戸時代以降、繰り返しおこった朝顔ブームにより創られた、朝顔に見えないような形の花と葉を持つ品種だ。独創的な知識と技術を駆使してつくり上げられたこれら変化朝顔は、世界的に見ても特異なものだが、第二次世界大戦後は、わずか数名の愛好家や研究者の努力によって維持され、伝えられてきた。くらしの植物苑では、人と植物との関わりを見るべく、1999年以降、歴史資料としてこれらの朝顔を展示している。

今回は、文化・文政期頃（1810年代～1830年代）に武士や庶民の間でおこった「朝顔の第一次ブーム」がテーマ。当時の変異が現在にも残っていることを紹介し、その様子を図譜と現物を対比させて展示。当時の人々の朝顔に対する知識について、現代の遺伝学や植物学の面からも紹介する。そのほか、くらしの植物苑内のハウス・東（あずま）屋・よしず展示場には、ヨーロッパ・北米産の近縁の朝顔や、明治時代以降の大輪朝顔など、同苑で栽培した鉢植えの朝顔も展示する。公的機関としては最大規模、約100系統・約700鉢にもなり、見応え充分。

色鮮やかながら、すぐにも萎んでしまう儚くも美しい朝顔。涼やかな風情に、夏の時間を楽しんでみては。

●伝統の朝顔
日時：7/28㈫～9/6㈰ 9時半～16時半
国立歴史民俗博物館・くらしの植物苑（佐倉市城内町）
休苑：8/3・17・24・31の㈪
入場料：100円・高校生以下無料
・8/10㈷～16㈰は8時半～開苑
・開花の特性上、午前中の早い時間が見ごろです。
・新型コロナウイルス感染拡大防止のため、展示解説会・朝顔苗有償頒布・くらしの植物苑観察会は中止となりました。
・入苑の際には、体温測定、入苑者確認票の提出があります。
・マスク着用、他の方と距離をとっての観覧、消毒用アルコールでの手指消毒など、ご協力ください。
・入苑制限を行う場合があります。
㈲ハローダイヤル ☎050・5541・8600

黄抱常葉紅覆輪丸咲牡丹

黄縮緬葉瑠璃筒白総鳥甲吹上台咲牡丹

黄弱渦柳葉淡水色地青紫吹雪采咲牡丹

令和2年度 市民スポーツ教室（後期）募集

公益財団法人市原市スポーツ協会主催、9月よりスタート予定のスポーツ教室で参加者を募集。種目はソフトテニス、テニス、バドミントン、エアロストレッチA・B、やさしいヨガA・Bの7教室です。

◇ソフトテニス 9/1～12/15・㈫9時半～11時半 全10回 一般40名 臨海第2庭球場 受講料3500円

◇テニス 9/3～12/10・㈭9時半～11時半 全10回 一般40名 臨海第2庭球場 受講料3500円

◇バドミントン 9/4～11/13・㈮9時半～11時半 全10回 女性40名 臨海体育館 受講料3500円

◇エアロストレッチA・B 9/7～11/30・㈪10時～11時半（A・B隔週開催） 全5回 A・Bともに一般50名 臨海体育館 受講料1500円

◇やさしいヨガA 9/4～10/9・㈮10時～11時半 全5回 一般40名 アネッサ 受講料1500円

◇やさしいヨガB 10/16～11/27・㈮10時～11時半 全5回 一般40名 アネッサ 受講料1500円

◇申込期間 令和2年7/15㈬～7/27㈪必着

◇申込方法 ①ハガキ ②FAX ③Eメール
記入事項：希望種目、氏名、ふりがな、性別、郵便番号、住所、電話番号、生年月日、受講経験の有無

◇申込先 公益財団法人市原市スポーツ協会
〒290-0011 市原市能満1474の1
☎0436・42・7712
FAX0436・42・7713
✉ichispo2020@nifty.com

※参加にあたり、コロナ感染防止の各種対策にご協力をお願いします。

ふるさとビジターの館

いちはら自然探訪 No.182

キイトトンボ

ナチュラリストネット／自然を愛する仲間の集まりです。市原の豊かな自然環境をいつまでも永く残したいと活動しています。
☎080-5183-9684（野坂）

トンボはどんな色？と尋ねると、「アカトンボ」などに歌われるような赤、オニヤンマのような黒と黄色の縞模様、シオカラトンボの粉を帯びた灰青色、そのメスであるムギワラトンボのような褐色などの答えが多いと思う。今回紹介するキイトトンボは、名前の通りほぼ全身鮮やかな黄色の、イトトンボの仲間である。

全長31～45ミリ。目や胸は黄緑色だが、オスの腹は菜の花のように明るく鮮やかな黄色。先端上部が黒色で、そのコントラストも美しい。メスは、ほぼ全身黄緑色。イトトンボの多くは湖沼に生息、浮葉植物の間を行き来しており、水の色に溶け込むような青色をした種類が多い。一方、キイトトンボは、湿地の抽水植物が多い場所に生息、植物の色に溶け込むような黄色や黄緑色をしていると推定される。保護色である。

飛び方も面白い。滑らかな直線的ではなく、ツンツンと小刻みにゆっくり前進する。繁茂する植物の間を飛翔しながら、小さな昆虫を捕えるのに好都合なのだろう。大食漢のようで、時にはイトトンボも捕食することがあるそうだ。

北海道や南西諸島を除いてほぼ全国的に分布するが、千葉県レッドリスト2019ではCの要保護生物。市原市近郊でも生息域が限られており、水辺の環境を保全していくことが、彼らを守ることにつながる。

（ナチュラリストネット／岡嘉弘）

休日当番医

変更になることもあります。
確認はテレホンガイドにて。

☎22-0101
（当日の午前8時半～）

急病センター（五井）

科	時間
内科・小児科	〈平日〉20:30～23:30 〈休日〉9:00～17:00、20:30～23:30
歯科	〈土曜〉20:30～23:30 〈休日〉9:00～12:00

休日当番医 9:00～17:00

日付	医療機関
7/12	永野病院（馬立 ☎95-3524） 高岡クリニック（姉崎西 ☎62-0036） 磯ケ谷病院（磯ケ谷 ☎36-1121）
7/19	五井中央診療所（五井中央東 ☎23-3737） 飯倉整形外科クリニック（五井中央西 ☎20-8600） 清川眼科医院（八幡 ☎41-0982）
7/23	市原メディカルキュア（姉崎 ☎61-0519） 三愛記念市原クリニック（五井中央東 ☎22-5701） 市原鶴岡病院（新堀 ☎36-1511）
7/24	たむら医院（光風台 ☎36-5800） 奥田外科医院（辰巳台西 ☎74-1868） 広松眼科（姉崎東 ☎62-1711）
7/26	うるいど南クリニック（うるいど南 ☎37-6263） 伊嶋整形外科（姉崎 ☎61-7660） 原村医院（玉前 ☎21-1259）
8/2	若宮中央医院（若宮 ☎41-8180） 市原整形外科（八幡 ☎43-1656） 眼科齋藤医院（五井中央西 ☎21-0213）

ハーブ王子のしあわせ健康レシピ 38

私は水には何よりもこだわりを持っています。東日本大震災以前は、十数本の大きな水の容器を車に積み込み、実家のある福島まで月に一度、山の奥深くへと自然に湧き出る水を汲みに行っていました。飲み水だけではなく、料理にもその水を使っていました。

水汲みの後は暫く山の中を散策し、鳥の囀りを聞いたり、高い山の上から絶景を見下ろす事がとても楽しみでした。原発事故が起こり、山に立ち寄る事が出来なくなってからは、千葉で湧水の出る場所を探し、ようやく知人の伝で敷地内から湧水の出る家を紹介して貰いました。最近その家も他の県へと越さねばならなくなり、今また湧水が出る場所を探しています。

水は身体の約60%を占めています。植物も動物も水が栄養を運ぶ役割を果たしています。出来るだけ質の良い水を飲む事が、より私達の健康を維持する事に繋がるのではないでしょうか。

今回は夏のハーブ・バジルを使ったジェノベーゼソースのパスタ。具材は相性の良いエビとトマト、パスタはソースが絡みやすいフィズリで作ってみました。

★ジェノベーゼのパスタ

●材料（2人分）A：ジェノベーゼソース（バジルの葉50g、ニンニク1片・お好みで、松の実かクルミ30g、オリーブオイル大さじ10）フィズリ（パスタ）250g、エビ中サイズ15匹程、ミニトマト（スライス）10個、パルメジャーノチーズ適量、塩胡椒少々

●作り方

①鍋に湯を沸かしフィズリを茹でる。

②Aの材料をフードプロセッサーに入れ、ジェノベーゼソースを作る。

③フライパンに油を引き、エビを軽く炒めたら②で作ったソースを混ぜて、さらに弱火で炒める。

④火を止めて①を入れ、塩胡椒を振ってかき混ぜ、全体を馴染ませる。

⑤トマトをトッピングし、パルメジャーノチーズを塗して出来上がり。

長谷川良二。市原市在住。ハーブコーディネーター、ガーデニングコーディネーター、歯科医師。公民館でのハーブの指導や、料理教室を開催しながら自然栽培で野菜を育て、養鶏、養蜂にもトライ中。

脳の健康管理
脳動脈解離

脳卒中で50才以下が占める割合は8・9%、45才以下は4・3%と報告されています。この若年性脳卒中で最も重要とされるのが脳動脈解離による脳梗塞です。脳動脈解離は原因により、外傷性（交通外傷や絞扼）、非外傷性、その他（脳血管撮影検査などによる医原性）に分けられます。些細な外傷を契機として発症することも知られており、ゴルフやカイロプラクティックによる頸部過伸展、日常動作としての咳・鼻かみ・首の回転・不自然な体位での睡眠などが誘因になることも少なくありません。これらの些細な外傷により頭蓋外動脈が伸展し直接的に血管内膜を損傷しうるほか、動脈の伸展により間接的に硬膜貫通部分（脳内に入る部）などの固定部位で血管内膜の亀裂を生じるものと推定されています。脳動脈解離が生じると、解離腔の内方への拡張による血管の狭窄・閉塞、同部からの塞栓により脳梗塞を発症する症例がある一方、外方へ拡張して解離性動脈瘤を形成し、くも膜下出血（SAH）も生じ得ます。脳動脈解離により生ずる脳卒中は、脳虚血（脳梗塞・一過性脳虚血発作）53%、SAH 28%、両者併発 5%、その他14%です。60～70%で発症時に何らかの痛みを伴うとされており、頸部内頸動脈解離では同側の頸部や眼奥痛、椎骨動脈解離では同側の後頸部痛が特徴的です。最近では診断技術の進歩により無症状～頭痛のみで発見される症例も増えています。

熱中症予防×コロナ感染防止で「新しい生活様式」を健康に!

注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。
暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

知っておきたい 熱中症に関する大切なこと

熱中症による死亡者の数は
真夏日（30℃）から増加
35℃を超える日は特に注意!
運動は原則中止。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動してください。

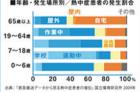
■年齢別／熱中症死亡者の割合

年齢	割合
80歳以上	47.8%
65歳～79歳	33.7%
45歳～64歳	15.6%
15歳～44歳	2.5%
5歳～14歳	0.1%
0歳～4歳	0.1%
不詳	0.2%

出典：「熱中症による死亡数 人口動態統計2018年」厚生労働省

熱中症による死亡者の
約8割が高齢者
約半数が80歳以上ですが、若い世代も注意が必要です。

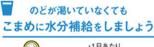
■年齢・発生場所別／熱中症患者の発生割合

出典：「救急搬送データから見る熱中症患者の増加」国立環境研究所 2009年

高齢者の熱中症は
半数以上が自宅で発生
高齢者は自宅を涼しく、若い世代は屋外での作業中、運動中に注意が必要です。

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。
周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

出典：厚生労働省ホームページ https://www.mhlw.go.jp/index.html「令和2年度の熱中症予防行動（リーフレット）」（厚生労働省）https://www.mhlw.go.jp/index.html を加工して作成

暑さを避けましょう

・涼しい服装、日傘や帽子
・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
・涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ

・1日あたり
1.2L（リットル）を目安に
ペットボトル 500mL 2.5本
コップ約6杯
・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

エアコン使用中もこまめに換気をしましょう
（エアコンを止める必要はありません）

注意 一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません

・窓とドアなど2か所を開ける
・扇風機や換気扇を併用する
・換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定

県内3141社の鳥居と注連縄 30年かけ、すべて撮影

長南町 山形俊男さん

長南町の山あい、山形俊男さん(77)の自宅には、1枚A4サイズにプリントされ、地域ごとにまとめられた140冊の写真ファイルがある。タイトルは「下総・上総・安房國 産土(うぶすな)神社 鳥居と注連縄(しめなわ)」。県内全域、3141社の鳥居と注連縄、社殿を撮影したもので、小さな集落の小さな社も洩らさずに完成したシリーズ写真だ。

初めての入賞 魅入られた写真

「カメラにハマったのは高校2年。地元の同級生が二眼レンズカメラを貸してくれて、自宅の縁側で飼い猫の写真を撮りました。学校の文化祭でその写真が入賞。それまで賞状なんてもらったことがなくて、凄く嬉しくてやめられなくなりました」と笑う山形さん。当時のカメラはかなりの高級品。卒業後、家の農業を継いだがすぐには買えず、結婚してしばらく、我慢できずに生命保険を解約して買い、「妻にとても怒られた」という。やがて企業に就職し兼業農家となった昭和40年代前半、集落の子どもや農村風景を撮るようになった。「写真の同好会に入り、仲間と撮影旅行に行ったり、公民館の文化祭で毎年展示会をやったり。町の文化財撮影にも協力しました」

神社の撮影を始めたきっかけは平成元年秋。集落の神社の祭で注連縄を作っているとき、「なぜこの注連縄は真竹を使うのだろう」と疑問に思ったという。近くの神社の注連縄にも同じものはなく、すべてどこか違っていた。「地域の記録として残したら面白いんじゃないか」と考えたものの、なかなか撮影に出る機会がない。地元を中心に撮っていたとき、一宮在住の宮司から古い県内の神社名簿をもらった。「住所が全部載っており、これで上総地域をまとめようと、本格的に茂原市・長生郡市全域へ出かけました。平成22年のことです」。鳥居は歪まず写るよう、フィルム用中判カメラ『EBONY』で撮影。社殿は一眼レフカメラ、参道ほかはコンパクトデジカメを使用した。次に山形さんは富津、君津、木更津、袖ケ浦へ行き、山武・九十九里・芝山方面をまわった。市原は大雪が降った26年冬に終わり、翌27年1月、夷隅・大多喜で上総地域は無事終了した。

代々伝えてきた それが大切

平成28年、山形さんは写歴50年で写真集を作った。もちろん、神社の鳥居と注連縄の作品集だ。「注連縄は、各地域の氏子が代々伝承してきたもの。隣り合った集落でも、形やいわれ、まつわる風習など、同じものがない。どうして違うかは分かりませんが、昔から大切に伝えてきたということは同じです。なので、地元長南町だけですが、きちんと形にして残そうと思いました」

安房地域の撮影がスタートしたのは平成29年12月の館山。翌年2月、小湊で終了したが、そこで、「県内全域なんてできないだろうと思っていたのが、上総も安房も撮影したのに下総に行かないのは中途半端だ、と考えてしまったんですね」。それまで、農業の繁忙期以外・秋から翌年春先までを撮影期間に当てていた山形さんは、下総地域だけ、集中的に撮影に専念することにした。その年の米作りが終了した9月から1年間、田を知人に任せ、家族にも了解をとって、朝3時半に起きて4時に家を出るようになった。綿密にルートを決め、1日で10社以上をまわる。だが、市街地が多く、車を止めるところが見つからない。区画整理で地名が変わっているところも多かった。有料駐車場にとめ、歩きで近くを探したことも。毎月10日に敷地を開けると現地で聞き、翌日が10日だったことで、急きょ道の駅で車中泊をしたともいう。

県内すべての撮影が終わったのは令和元年9月。最終的に写真は3806枚になった。一番印象に残ったことは?と聞くと「境内の神木にわら人形を見つけたとき」とのこと。「ドキッとして固まりました。平成の時代にもあるのか!って」。社を探すため、現地で神社を管理する宮司さんに連絡をとり、直接訪ねて訝しがられたこともあるそうだ。一方、多くの人に助けられた撮影でもあり、田の中に落ちた車を引き上げてくれた人、現地で探すのを助けてくれた人など、多くの縁があったという。「神様に助けられたのか?と思うほど、誰もいない場所での脱輪がスムーズに抜けられたら、本当に色々なことがありました。特に迷惑をかけた家族には、とても感謝しています。他に同じような神社の記録を残している人がいないようなので、これから何らかの形にしていけないか、検討しているんですよ」と満足そうに語った。

(米澤)

問山形さん ☎0475・47・0588

▲写真撮影のきっかけになった長南町豊原・八幡神社

▼雪の中撮影した市原市・鶴舞神社

◀鳥居撮影で、長年愛用してきた中判カメラ「EBONY」

坊さんの独り言 ほのぼの法話 239

【道徳と宗教】

道徳とは「生命を大切にする心や他人を思いやる心、善悪の判断などの規範意識を育てること」であってとても大切なことです。

道徳は「皆が共に生きていく為の決まり事」だといえます。「こうしましょう」という規範です。しかし道徳を守って生きていれば問題は起きないかといえば、思わぬ事故に遭うことも、ケガをすることもあります。道徳は社会で生きる為に必要ですが、それだけで充分だとはなりません。

仏教に則って生きたらどうなるか…答えは用意されています。それは「老いて病んで死ぬ」のだということです。身も蓋もないとお感じかも知れませんが、ウソはありません。知りたくはないが事実・真実です。

人生の答えは道徳ではなく、宗教にあります。私はどんなに正しく生きても死から逃げられない。事実から生じる苦悩から解放される為には身の事実を受け入れるしかありません。私に死んでも滅びない仏のいのちが約束されていることを頂き、今の我が命を受け入れ、超えていく。その道をこそ仏道と申します。

STOP!犯罪

新型コロナ便乗詐欺2 活発化に注意！

緊急事態宣言が解除され、詐欺の犯人など動きが活発になると予想されています。事例を参照に、注意していきましょう。

◇警察官を騙る

・XX警察署の●●です。詐欺の犯人を捕まえた。カード情報が盗まれていたので、止める手続きをする。近くに警察官がいるので、暗証番号を教えてほしい。

◇息子を騙る

・電車の中にかばんを忘れた。その中に会社の小切手が入っており、このままだと大変な損害を出してしまう。お金を工面してほしい。

◇公的機関を装うハガキ

・契約会社もしくは、運営会社側から、債務不履行による民事訴訟として、訴状が提出された。このまま連絡がなければ、預金や有価証券、動産や不動産物の差し押さえを強制的に執行する。

◇コロナ関連

・市役所職員を騙り「給付金が出るので口座番号を教えてもらいたい」

・親族を騙り「銀行の封鎖が始まる。お金を下ろして家に置いたほうがいい」

・病院関係者を名乗り「息子さんがコロナでうちに入院した」

◇被害に遭わないために

①警察官や市役所職員、金融機関職員などがキャッシュカードの暗証番号を聞き出したり、預かることはありません。

②警察官や市役所職員、金融機関職員、家電量販店員などからの不審な電話、ハガキ、メールなどが来た際は、すぐに警察へ相談してください。

③犯人と電話で話さないために、在宅中も留守番電話設定にしたり、迷惑電話防止機能付き電話機に交換しましょう。

・市原警察署 生活安全課

☎0436・41・0110

◇今月の移動交番

専用の移動交番車が市内各地を巡回しています。1日2カ所、基本は平日の午前と午後で、時間は各1時間から1時間半です。

・13(月)有秋公民館、泉台コミュニティホール
・14(火)加茂公民館、小湊鐵道上総牛久駅
・15(水)八幡運動公園、ジョイフル本田市原店
・16(木)菊間コミュニティセンター、アリオ市原店
・17(金)、メガ・ドンキホーテUNY市原店、千種コミュニティセンター
・20(月)三和コミュニティセンター、小湊鐵道馬立駅
・21(火)イトーヨーカドー姉崎店、姉崎保健福祉センター
・22(水)千種コミュニティセンター、泉台コミュニティホール
・27(月)ユニモちはら台、辰巳公民館
・28(火)姉崎公民館、メガ・ドンキホーテUNY市原店
・29(水)道の駅あずの里いちはら、五井公民館
・30(木)姉崎保健福祉センター、泉台コミュニティホール
・31(金)小湊鐵道光風台駅、戸田コミュニティセンター

※事件・事故等の発生や気象条件等により変更になる場合があります

・市原警察署 地域課

☎0436・41・0110

市原署管内刑法犯認知件数

令和2年5月末現在（暫定値）

	侵入盗	自動車盗	オートバイ盗	自転車盗	車上ねらい	部品ねらい	器物損壊	電話de詐欺	刑法犯総数
令和2年5月末	79	9	2	89	48	35	79	14	676
前年比	−49	−3	−11	−21	−15	+16	−6	−10	−92

単位：件

コミュニティひろば 無料

※掲載情報をご利用の際は、内容を当事者間でよくお話し合いの上ご利用ください。当社では一切責任を負えません

ペット情報

●妃メダカ(雑種)成魚差し上げます 1人（1グループ）10匹程度 冬も外で飼育・生命力が強いと思います 取りに来て頂ける方に 問合せはメールだと助かります 市原・森 ☎080-5059-9629 ikasuzeyunibasu@yahoo.co.jp

●鈴虫差し上げます 幼虫、来年ふ化する飼い方を説明 容器持参にて 要電話連絡 場所は「木工房六地蔵」で検索 長柄・岩佐 ☎090-1605-7739

サークル

●健康体操・ストレッチ (月)(土)13～14時 姉崎公民館 40代～70代が参加 全身ストレッチで運動不足改善 ストレス解消、身体もスッキリ 参加費：1回500円 塚元 ☎080-6544-8421

イベント

●フォトクラブ四季 伊東茂雄 写真展 7／11(土)～20(月) 6～23時、初日12時～、最終日16時まで JR姉ヶ崎駅市民ギャラリー 1年間、心をこめて撮影した作品を展示 会員募集中：写真展に展示のみ会員の方も大歓迎 ☎090-3141-6037

●5人写真展 フォトもみの木 7／11(土)～8／8(土) 喫茶&福祉ショップもみの木(牛久) 日本各地の風景、祭り、花の写真20点 月1回入替え、随時展示 ☎080-5413-2266

●うしくにぎわいマーケット(お持ち帰りマーケット) 7／12(日) 10～13時 上総牛久駅前 お持ち帰り(テイクアウト)中心 主に商店街の出店、飲食販売 駐車場は山内ビル裏 ☎090-3579-5145

●アコーディオンいちはら・うたの集い 7月中止のお知らせ 7／19(日)・五井公民館で開催予定でしたうたの集いは、新型コロナウイルス感染防止のため、中止となります 鈴木 ☎0436-62-4121

●そば打ち体験 7／25(土) 9時15分～14時 姉崎公民館 4名 1,500円（3食分)、1人で6食分希望の方は2,000円 マスク・エプロン・バンダナ・タオル・タッパ・500ccの容器ほか持参 要申込・7／18〆切 山下 ☎080-5696-9609

●ちばもすオンラインフラメンコ講習会 7／25(土)14～15時半 自宅などWIF環境のある場所で 無料 zoomのアプリ使用、カメラ付きPCやスマホにて 年齢・性別・踊りの経験不問 見本動画を参加者全員にプレゼント 先着7名、メールで要予約 rsc39788@nifty.com ☎070-4286-3183

●レコード交流会 7／26(日)13時半～ アネッサ レコード交流会復活 ベートーヴェン生誕250年・三つの第五を中心に 300円（茶菓子） ☎090-7716-4611

●バングラデシュと日本の手仕事展 7／31(金)まで 10時～ (土)(日)(祝)休 いちはら市民ネットワークギャラリー（国分寺台中央） 手仕事のぬくもり、優しさを ワークショップ・キャンドル作り：7／29(水)・2,000円・要予約 ☎0436-21-1907

●吉村昭文学資料館・開館イベント 7／31(金) 13時半開演 袖ケ浦市民会館 講演「吉村昭と千葉の文学」桑原文明（吉村昭研究会長)、朗読「妻（津村節子)から見た夫（吉村昭)」田中泰子（朗読家)、落語「井戸の茶碗」山田家きさっぺ（アマチュア落語家） 無料 先着100名 袖ケ浦市で初めての文学館・袖ケ浦市福王台3-20-11-103に開館 完全予約制・年中無休・入館料は一般1,000円、高校生500円、小中学生無料 単行本・文庫本や間接資料で総計約3,000点 ☎080-6393-2549

●上総更級公園センターのイベント 太陽光でお湯が沸かせるソーラークッカーを作ろう：8／2(日)・500円・10組20名 ハーブで作るソースとシーズニング：8／9(日)・500円・20名 草・木遊び簡単籠作り：8／16(日)・無料・15名 ともに13時半～15時半 電話で要申込 ☎0436-20-3555

立木早絵（たてきさえ）さん 講演会

可能性を信じ一歩を踏み出す

年数回、様々な分野の講師が招かれる、袖ケ浦市教育委員会主催『市民三学大学講座』。今年2月には、第38期第4回が生涯学習推進大会の記念講演会として開催され、全盲のシンガーソングライター・立木早絵さん(27)が『さらなる一歩を踏み出そう』をテーマに、ピアノの弾き語りコンサートを含め講演した。立木さんは冒頭、「私は2歳で失明しましたが、両親は料理や日曜大工ほか、様々なことをさせてくれました。できなければ困るのは自分だと自覚でき、多くのことを学べたと思います」と話した。

立木さんの人生の転機は、日本テレビの24時間TV。2008年～11年の番組内で津軽海峡縦断の遠泳リレー、トライアスロン、キリマンジャロ登頂と、前例のないチャレンジを完遂したことだった。最初の津軽海峡遠泳は、悪天候のためゴールできず断念したが、翌年は無事にメンバーと一緒に泳ぎ切った。3年目のトライアスロンは、水泳1・5キロ、自転車40キロ、マラソン10キロを完走。登山は18歳で、往復100キロ、約6000メートルの高さを登った。

「多くの方の応援があったから頑張れました。貴重な経験ができたことに今も感謝しています」

終盤の弾き語りでは、オリジナル曲など数曲を披露。会場の参加者と一緒に合唱もした。

立木さんは「挫折は苦しく、納得できないことも多い。でも自分に負けるのは嫌いですし、達成すれば少しは成長できるだろうと考えています。人生の荒波は当然あるけれど、七転び八起きで立ち向かう。目標があれば必ず起き上がれるし、可能性があると信じていたい」と締めくくった。参加者は「登山の体験談が興味深かった」「何事も一生懸命に取り組む姿が良い」「諦めず実現させていくことに感銘した。励まされた」など、良い講演だったと話した。（米澤）

買い物や飲食は地元のお店を利用しましょう
地域情報紙 シティライフ
市原版
配布地域/市原市・袖ケ浦市【75,000部】
https://www.cl-shop.com
■広告のお問い合わせ sales@cl-shop.com
■記事・情報は kiji@cl-shop.com
企画・制作/シティライフ編集室 〒290-0056 市原市五井4874-1
TEL.0436(21)9311 FAX.0436(21)9142

地域で守ろう 子どもの安全

シティライフ公式 SNS、LINE@配信中!!
ここでしか知れない情報や プレゼント・お得なクーポンまで!
ご登録はQRコードから

こでまりの夢
~大きいやかんは沸きが遅い~

子育てのことわざで、「大きいやかんは沸きが遅い」というものがあります。小さいやかんでは、すぐにお湯が沸きますが、実は大した量ではありません。大きいやかんは時間がかかりますが、その分大量のお湯が沸きます。それと同じで、小さいことがすぐにできるようにならないからといって焦る必要はなく、長い目でみて待てば、後から大きな成果が待っているという意味です。大器は晩成する、とも言えますね。

今年は新型コロナウイルス感染予防対策で、学校が臨時休校になりました。学業が遅れることが懸念されていますが、長い人生からみたら、そう長くない時間かもしれません。長い目で見たら、この経験も確実に学びになることでしょう。子どもを育てる上で大切なのは、長い目で見た「資質・能力」の部分です。大きな木は大きな根っこがあります。しかし、どれだけ大きな根っこでも目には見えません。子どもの頃なら尚更です。目に見えないからと、それを掘り起こして「大きくなっているか?」と確認するのではなく、穏やかな気持ちで、愛情をかけて育てることの方が、この時期には必要なことだと思います。

子どもたちは皆、大器晩成する可能性があるのです。言葉に出して励ましてあげましょう。

中嶋 悦子(なかしま えつこ)
1965年生。宮崎県出身。二男二女の母。大網白里市在住。エンカレッジ・ステーション㈱代表取締役社長。NPO法人民間児童館おおきなかぶ理事長。社会福祉法人ありんこ会理事長。ありんこ親子保育園園長。保育士。エッセイスト。☎0475-53-3509